بسم الله الرحمن الرحيم

فك رموز لغة الجسد...

" هل راقب أحدكم نفسه يوماً ليعرف كيف يعبر جسده أثناء التواصل مع الآخرين؟ فكلٌ يجلس بطريقة،

وكلٌ له ابتسامة مختلفة، البعض يعبر بنظراته والبعض الآخر بيديه، لتتحول كل إشارة إلى رسالة

مبطنة. فتحمل كل حركة معانٍ تكون أعمق من الكلام أحياناً، يتلقاها الآخر لا شعورياً فيبادر ويحكم

ويكتشف شخصيات من حوله، بناءً على إحساس داخلي لا يعرف في غالب الأحيان تحديده أو شرحه أو

معرفة مصدره إلا أنه حدس يصدق. أما السبب، فهو أننا نولد مع مقدرة فطرية لقراءة لغة الجسد، إلا

أن اعتمادنا على الكلام يمنعنا من تنميتها فيصبح التركيز على الحديث هو الأولوية بالنسبة إلينا. إلا أن

لغة الجسد عالم يستحق أن نسعى لاسترجاع مقدرتنا على فك رموزه وإليكم بعضها ":

-'إذا وقف أحدهم أو جلس مكتوف اليدين أرسل عبر حركته هذه، إشارة تبعد الآخرين عنه .فتكتف

اليدين هي عبارة عن رغبة بخلق حاجز لمنع التواصل. وهذا الحاجز لا يكسره عادة إلاّ من يملك ثقة

كبيرة بالنفس ولا يخيفه احتمال الصد أو الرفض من قبل الشخص المكتوف اليدين ' .

-'من يقف حانياً كتفيه ورأسه متجنباً النظر في عيون من هم حوله هو شخص فاقد للثقة بالنفس أو

مكتئب، وطريقة وقوفه هي رغبة في الاختفاء من المكان المتواجد فيه '.

-'لصق الكاحلين أثناء الجلوس يشير أيضاً إلى الاصابة بحالة من القلق . '

-'حضن الرأس باليدين مع النظر إلى الأسفل يشير إلى حالة من الملل '.

-'حركة فرك اليدين تعني الانتظار ' .

-'وضع اليد على الخد إشارة إلى التأمل والتمعن والتقدير '.

-'لمس الأنف أو فركه أثناء الكلام دليل رفضٍ وشكٍ وكذب '.

-'فرك العين أثناء الحديث يشير إلى التشكُّك وعدم التصديق '.

-'شبك اليدين وراء الظهر يدل على الغضب والقلق '.

-'الذي يقف واضعاً يديه على الأوراك يوحي بالعدائية أو الاستعجال '.

-' 'ابتسامة لطيفة كافية لإرسال موجة إيجابية تشجع الآخرين للاقتراب، أما الابتسامة العريضة

والجامدة فهي توحي بالتصنع والعصبية ' .

-'إذا حمل أحدهم غرضاً ما واضعاً إياه أمامه, هذا يعني أنه يحاول أن يحمي نفسه من الآخرين، إضافة

إلى أنه يشعر بحاجة للدفاع عن نفسه، لذا إذا حملتم غرضاً أحملوه إلى جانب جسمكم لا أمامكم منعاً

لهكذا إيحاء ' .

-'من يجلس واضعاً رجلاً فوق الأخرى وهو يحركها باستمرار، تدل طريقة جلوسه على أنه يشعر

بالملل. أما من يجلس ورجلاه بعيدتان الواحدة عن الأخرى فهذا دليل استرخاء وراحة وانفتاح على

الآخر ' .

-'الجلوس بوضعية يدين وراء الرأس ورجلين مشبوكتين دلالة على ثقة بالنفس وفوقية وتعال على

الآخر '.

-'الجلوس مع يدين مفتوحتين إشارة إلى الصدق والصراحة والبراءة ' .

-'قرص الأنف مع إغماض العينين هي اشارة إلى تقييم سلبي ' .

-'ملامسة الشعر هي مرادف لقلة الثقة بالنفس والشعور بعدم الاطمئنان وفقدان الأمان '.

-'حني الرأس مراراً أثناء الاستماع إلى حديث أحدهم هو دليل اهتمام بما يقوله ' .

-'ملامسة الذقن هي محاولة لاتخاذ قرار ' .

-'إبعاد النظر عن المتحدث اشارة إلى عدم تصديقه '.

-'قضم الأظافر هو تعبير عن حالة عصبية أو عدم الشعور بالأمان ' .

-'لمس أو شد الأذن يعني تردد وحيرة ' .

-'استعمال الأظافر للدق على طاولة أو شيء جامد هي تعبير واضح عن التلهف وقلة الصبر '.

الموضوه ليس لى منقول